木曽農業協同組合

JAきそ

JA木曽広報誌
5
May
2013
No.292

Monthly Magazine JA KISO

P2 トピックス&ニュース
・さわやか教室開校式
・特別事業協力者表彰
・4月定例家畜市場開催
・上松支所木曽警察署から感謝状

P3 JAきそインフォメーション
・総代会開催のおしらせ
・年金相談会開催のおしらせ
・平成26年度 新規採用職員募集

P6 営農情報だより
・田植え作業
・家庭菜園アドバイス
　さやいんげん栽培のポイント

P8 ホットほっとあんしん
・手間と臭いを解消
　新世代トイレ「しまるくん」

特集 P4
JA木曽平成25年度人事異動報告

大空を泳ぐこいのぼり

ちょっといっぷく 間違い探し

今回は「グリーンファームきそ店頭の様子」からの問題です。上と下の写真を比べると、3ヵ所の間違いがあります。挑戦してください。

①	②	③
④	⑤	⑥
⑦	⑧	⑨

※出題エリアNo.は、左図の通りです。番号を確認のうえ、ご記入ください。

クイズの解答を募集します。
解答用紙はＪＡ木曽本支所窓口または今月号の付録をご利用ください、答えとＪＡや広報誌への意見・要望を記入し、ご応募ください。
※ただし、お一人様一通の応募としてください。
正解者の中から抽選で10名の方に
「いぐさ帽子」
をプレゼントします。（一部発表は発送をもって代えさせていただきます。）

◎応募の締切5月31日㈮
※印刷によるキズや汚れは関係ありません

4月号の答え
①・⑤・⑨でした。
（間違い探しの答えは▼ここ）

3月号当選者
奥原美鈴さん
古畑恒美さん
向田糸江さん
深谷幸子さん
他4名

★「解答用紙」付録のご案内
今月号は「間違い探し解答用紙」を付録しました。ただし来月号分も併せて印刷しています。切り取ってご使用ください。

暮らしを応援!! JAまごころ宅配

お申し込み・お問い合わせは
ＪＡ木曽生活センター　0264-23-2112

☆ＪＡまごころ宅配ってなに？
毎日の暮らしに必要な食料品や日用品などをご自宅までお届けする個人宅配サービスです。
☆ライフスタイルに合わせてコースを選択！
おまかせコース…注文しなくても自動的に商品をお届け、チラシからの追加注文もできます。
選べるコース…まごころ宅配がお届けするチラシから商品を選び、ご注文いただいた商品をお届けします。

～旬の素材やエーコープマーク品を使ったお料理レシピ～

かつおのカルパッチョ

一口メモ
かつおは春から初夏が旬の「初かつお」、秋に旬を迎える「戻りかつお」があります。かつおは良質のたんぱく質源で、特に血合いの部分にはビタミンB群鉄分などのミネラル類を多く含んでいます。また、玉ねぎやにんにくに含まれる硫化アリルはビタミンB1の吸収を促進し、栄養面でもよい組合せです。

作り方
① かつおたたきは5ミリ厚さにスライスします。
② 玉ねぎは薄くスライスし、水にさらします。
③ にんにくは薄切りにしておきます。
④ パセリはみじん切りにします。かいわれは根を取り洗っておきます。
⑤ フライパンにオリーブオイル、③のにんにくを入れ弱火にかけます。にんにくがきつね色になるまで焦がさないように炒め、にんにくチップスとガーリックオイルを作ります。
⑥ ⑤のオイルが冷めたら、食酢とめんつゆ、あれば柚子胡椒を合わせてタレを作ります。
⑦ 皿に①、②、⑥のタレをかけ、⑤のにんにくチップスを散らします。

材料（2人前）

かつおたたき	100ｇ	オリーブオイル	大さじ2
玉ねぎ	1/4個	食酢	大さじ1
にんにく	2かけ	めんつゆ（ストレート）	大さじ1
パセリ・かいわれ	各適量	柚子胡椒	少々

□発　行:木曽農業協同組合
長野県木曽郡木曽町福島3807-1 〒397-0001☎(0264)22-2128
□発行人:代表理事組合長　小幡 公良
〈ホームページ〉
http://www.ja-kiso.iijan.or.jp
2013.5月1日発行(印刷)木曽オールプリント㈱
PRINTED WITH SOY INK 環境に優しい再生紙と大豆油インキを使用しています。

Topics & News トピックス & ニュース

ＪＡ女性部さわやか教室開校式

4月24日㈬、木曽勤労者福祉センター（上松町）にて、ＪＡ木曽女性部さわやか教室開校式が行われ、女性部員173名が一堂に会しました。

小幡組合長はあいさつで、女性を中心とした組織作りに向け、運営への参画を呼びかけました。

さわやか教室では、1年間を通し目的別に体操・手芸講座等を開催します。今回の開校式では本年度の年間活動計画を確認しました。

記念講演では、ラフターヨガ認定ティーチャー池田信子先生による「笑って元気！楽しいラフター（笑い）ヨガ」を行い、笑うことで心身の健康を良くする方法を学びました。ペットボトルを開ける動作、ミックスジュースを作る動作など日常の動作に笑いを取り入れた体操で、その動きに参加者は全員大笑い。声を出して笑うことで顔の筋肉もほぐれ、約1時間半の講演が終わる頃には笑い疲れるほど楽しい講演でした。皆さんも「面白かった、とても楽しかった」と、閉会後も教わった体操と歌を口ずさむ参加者もあり大好評でした。

特別事業協力者に 宗教法人御嶽神社受賞

4月19日㈮、平成25年度ＪＡ共済長野県推進大会が長野県松本文化会館で開催され、県内ＪＡ共済担当1,000人が出席しました。

大会では昨年度の表彰が行われ、宗教法人御嶽神社が特別事業協力者として表彰されました。この表彰は、ＪＡの事業をよく理解していただき積極的に協力された方に贈られるもので、県内で2名の方が表彰されました。

４月定例家畜市場開催

4月11日㈭、長野県中央家畜市場（全農長野）にて、定例4月市場が開催されました。

木曽管内の子牛出頭頭数は111頭（平均460，486円）で、その内雌子牛は56頭（平均435，000円）、去勢子牛は55頭（平均486，436円）でした。

全体では、和牛子牛344頭（平均454，532円）を競り、平均価格は前回を32，095円上回りました。全国的な出荷頭数不足による枝肉相場の価格安定により、全国でも子牛相場の価格が高騰したため、今回の高値取引につながりました。

【共進会結果】

去勢最優秀賞　寺沢清史さん（木曽町福島）
去勢優秀賞　伊藤太郎さん（川上村）
雌最優秀賞　中畑　正さん（木曽町開田高原）
雌優秀賞　井出誓治さん（大桑村）

上松支所木曽警察署から感謝状

このほど、上松支所が振込め詐欺被害未然防止に貢献したとして、木曽警察署より感謝状を授与されました。

3月中旬、上松支所金融窓口へ来店された方が多額の現金を払い出しされようとしたためお聞きしたところ「金融庁からの電話があり、現金の安全を確かめるため、現金を払い出して見せて欲しい」とのこと、窓口担当者が詐欺と判断し木曽警察署へ連絡し詐欺被害を未然に防止することができました。

ＪＡでは、より一層詐欺被害の防止に心がけてまいります。詐欺手口はより巧妙化しています。少しでもおかしいと思ったらあわてず、必ず確認しましょう。

ＪＡからのお知らせ Information of JA Kiso

第40回通常総代会のご案内

木曽農業協同組合第40回通常総代会を開催いたします。組合員総代の皆様におかれましてはご繁忙のことと存じますが、全員のご出席をいただきたくご案内いたします。

なお総代の方々へは、支所より個別にご案内通知と総代会資料・会場への送迎案内などをお送りしますので、ご確認をお願いいたします。

記

開 催 日　平成25年５月28日㈫
　　午後　１時半より

開催場所　木曽文化公園　文化ホール
　　（木曽町日義）

ＪＡバンク　年金相談会のお知らせ

年金の専門家が分かりやすく相談に応じます。

ご相談には基礎年金番号通知書（夫婦）、年金定期便（夫婦）、雇用保険被保険者証、印鑑をご持参ください。

今月の年金相談会
５月10日㈮　大桑支所
５月15日㈬　王滝支所
５月22日㈬　日義支所
５月23日㈭　開田支所
５月28日㈫　三岳支所

来月の年金相談会
６月19日㈬　木祖支所
の開催を予定しています。

☆年金を受給される年齢を迎える誕生日の3カ月前になると日本年金機構から「みどりの封筒」が届きます。

年金の請求手続き・年金額について知りになりたい方、厚生年金をもらいながらお仕事を続ける方、昔勤めていた会社（旧姓の時前に勤めていた会社・結婚等）の記録が抜けている方など年金に関する疑問にお応えします。ぜひお気軽にＪＡにご相談ください。

JA木曽 郷土で働き、地域社会に貢献しよう！

平成26年度 新規採用職員募集

申込締切　平成25年 5月31日㈮

■応募資格 …… ①大学、短大または専門学校およびこれに準ずる教育機関の在学者で
　平成26年３月卒業見込みの者
　②上記と同等の資格を有する満28歳未満の者
■職　　種 …… 事務職・営業職・販売職・営農指導員
■採用人数 …… ５名程度
■選考方法 …… 〈１次試験〉能力試験（一般教養）、適性試験、小論文
　〈２次試験〉面接
■試験日程 …… 〈１次試験〉平成25年６月10日㈪
　〈２次試験〉１次試験合格者につき、別途通知いたします
■応募書類 …… ①受験願（指定用紙を下記へ請求して下さい）
　②卒業（見込）証明書
　③成績証明書
　④運転記録証明書（応募現在、運転免許所持の方）
　※①～④を申込締切日までに提出して下さい。

〈応募書類の提出お問い合わせ先〉
〒397-0001 長野県木曽郡木曽町福島3807番地1　木曽農業協同組合　企画管理部　総務企画課
☎0264-22-2128　　ＪＡ木曽ホームページ　http://www.ja-kiso.iijan.or.jp/

木曽農業協同組合
平成25年度人事異動

平成25年度の新体制が決まりました。
異動内容をお知らせします。
温かいご指導をお願いいたします。　＊カッコ内は旧任地

監査室

室長
杉山　孝弘（企画管理部事務管理課長）
監査係
酒井　義弘（共済部保全課）

企画管理部

部長
征矢野　武（王滝支所長）
▽総務企画課
課長
糸魚川光弘（金融部審査課長）
▽事務管理課
課長
上村　明（同部リスク管理課長代理）
▽リスク管理課
係
伊藤　貴寛（同部事務管理課）

金融部

▽審査課
課長
青木　一孝（木祖支所総務金融課長）
▽資金運用課
ローンセンター長
田澤　直喜（南部事業部融資課長）
▽資金運用課
係長
鈴木　葵（同係）
係
山岸　禎孝（複合渉外企画推進課）

共済部

部長
高樋　昌憲（複合渉外企画推進課長）
▽普及課
課長
柏平　公次（南部事業部複合渉外課長）
▽普及課
係
大庭　廣子（企画管理部リスク管理課）

農業生活部

▽農業法人対策
室長
木山澤　元（大桑支所長）
▽農事園芸課
係長
田中　秀己（同係）
下畑　明（同係）
販売・購買係
吉原　貴子（企画管理部事務管理課）
▽生活企画推進課
課長
塚澤　孝（同部グリーンファーム店長）
▽燃料課
課長
小原　高春（同部大桑燃料センター店長）
▽資材生活センター
センター長
中沢　明男（同部次長）
農機具係
松原　規行（同センター）
▽グリーンファームきそ店
店長
堀　航史（おんたけ燃料センター店長）
係
栗屋　志穂（企画管理部付）
▽和牛繁殖センター
センター長
渡澤　喜浩（同部資材生活センター長）
▽薮原燃料センター
主任
新原　理一（同店長）
▽開田高原燃料センター
主任
下野　浩司（同店長）
LPガス係
井藤　博（大桑燃料センター）
▽大桑燃料センター
主任
今井　勝（同係）
係
岡本　武（開田支所）
LPガス係
上小路達男（開田高原燃料センター）
▽きのこ培養センター
神出　則和（同部農事園芸課）

北部事業部

▽融資課
課長代理
山崎　哲也（同係）
係長
杉村　誠（中部事業部融資課）
▽信用専任渉外
係長
田上　篤志（中部事業部複合渉外課係長）
係
島尻　一枝（大桑支所）
▽共済専任渉外課
課長
田中　恒臣（同部複合渉外係長）
係
田上　浩司（同部複合渉外課）
飯塚　淳子（同部複合渉外課）
倉本　彰吾（同部複合渉外課）
大橋　厚仁（同部複合渉外課）
▽購買推進課
課長
向原　誠（同部経済課長）
▽楢川支所
金融推進係
巾　春美（同支所）
▽木祖支所
総務金融課
課長
蒲沼　康子（同係長）
係
野田いずみ（木曽福島支所金融課）
青木　花織（企画管理部付）

○小木曽出張所
購買推進係
五月日由美子（同出張所）
金融推進係
奥原加志子（同出張所）

中部事業部

▽融資課
係長兼ローンセンター係長
木見尻正幸（金融部融資課）
▽信用専任渉外
係長
青木　恵子（同部複合渉外課）
係
田口千佳代（同部複合渉外課）
古市　和（おんたけ燃料センター）
大戸　巧（同部）
加藤　重彦（開田支所）
久保　厚子（開田支所）
▽共済専任渉外課
課長
赤羽　清吉（北部事業部複合渉外課長）
係長
末松　良幸（同部複合渉外課係長）
係
宮下　智（同部複合渉外課）
三輪　翔太（同部複合渉外課）
曽我　友啓（同部複合渉外課）
堀　弘幸（同部複合渉外課）
井口　久子（同部複合渉外課）
瀬戸　大蔵（同部複合渉外課）
田中　元規（同部複合渉外課）
丸山　智有（同部複合渉外課）
▽購買推進課
課長
藤原　和彦（同部経済課長）
▽日義支所
購買推進係
田中　浩志（同支所）
▽木曽福島支所
総務金融課
係
小林あづさ（木祖支所総務金融課）
▽開田支所
支所長
森下　好明（上松支所長）
購買推進係
下畑　泰代（同支所）
▽三岳支所
購買推進係
下野　住代（同支所）
▽王滝支所
支所長
巾　和彦（北部事業部融資課長）
金融係
澤木　留美（三岳支所）
▽上松支所
支所長
古坂　貴幸（大桑支所総務金融課長）

南部事業部

部長兼南木曽支所長
亀子　宗樹（企画管理部総務企画課長）
▽融資課
課長
武居　直樹（中部事業部融資係長
兼ローンセンター係長）
▽信用専任渉外
係長
寺社下卓也（同部複合渉外課）
谷口　洋（同部）
▽共済専任渉外課
課長
麦島　時彦（中部事業部複合渉外係長）
係長
細田　真輝（同部複合渉外課）
係
織田　良（同複合渉外課）
貴舟　敏（同複合渉外課）
可知　睦子（同複合渉外課）
鈴木　剛（同複合渉外課）
児野　慧史（同複合渉外課）
曲田　利夫（同複合渉外課）
▽購買推進課
課長
田尻　敦司（同部経済課長）
▽営農センター
係
磯村　智重（きのこ培養センター）
▽大桑支所
支所長
松原　誠司（中部事業部複合渉外課長）
購買推進課
係
山内智恵子（同支所）
総務金融課
係長
田下　静子（同係）
係
麦島　多恵（南木曽支所総務金融課）
吉田　美琴（野尻出張所）

○野尻出張所
購買推進係
羽根田元美（企画管理部組織相談課）
金融推進係
栩秋ち江子（同出張所）
▽南木曽支所
購買推進係
奥村やすよ（南木曽支所経済係長）
係
片田麻奈美（同支所）
総務金融課
係
松原めぐみ（大桑支所総務金融課）

新採用職員

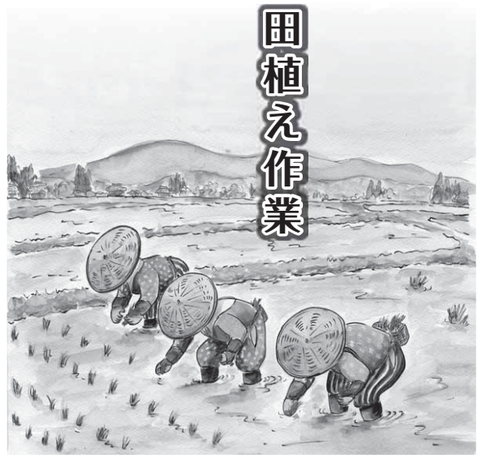
本年度採用職員は2名です。
よろしくお願いします。

藤本　梓織（ふじもと　しおり）
出身　王滝村
特技　バドミントン
抱負
社会人1年目で期待と不安でいっぱいです。少しずつ自分なりに頑張っていきたいと思います。

脇田　真帆（わきた　まほ）
出身　上松町
特技　バレー
抱負
地域に貢献できるように、一生懸命頑張りたいと思います。よろしくお願いします。

営農情報だより

ご相談・お問い合わせは
農業生活部 農事園芸課
☎(0264)22-2128
または
グリーンファームきそ店
☎(0264)22-3061



田植え作業

いもち病と害虫の防除

いもち病とイネドロオイムシやイネミズゾウムシなどの害虫を予防するために、「ルーチンバリアード箱粒剤」を田植え前、苗箱に散布することをおすすめします。この薬剤はこのようにできない場合がありますので技術者に確認して下さい）

残効期間が長いので本田での防除作業を減らすことができます。

＊南木曽支所の育苗センターを利用される方は、育苗センターでこの薬剤を処理して配布しますのでこの作業は必要ありません。

種まき

①霜に弱いので南部では5月上旬、中北部では5月下旬以降が播種時期の目安です。7月下旬まで20～30日の間隔をあけて種まきすれば、途切れることなく収穫を続けられます。

②アブラムシ予防のため、「アドマイヤー1粒剤」を1～2g植穴の土と混ぜてから、1穴に2～3粒まきします。

間引きと支柱立て

①本葉2～3枚になったら生育の遅れているものをハサミで切って1本立ちにします。

②草丈20cm位になったら茎を安定させるための支柱を立てます。

欠株を少なくするポイント

①田植機のツメが摩耗していないか点検しましょう。ツメ交換の目安は機種や土質によって違います。取扱説明書で確認して下さい。

②最初に苗をのせるときは、苗のせ台を一番端まで寄せてから苗をのせます。そうしないと苗の下端と苗のエプロンとの間に隙間ができて、欠株が生じたり植え付け本数が揃わなかったりします。

③苗を取り出しやすくしたいために苗箱をあぜなどに強く打ち付けると、苗が密になる部分とそうでない部分ができて、植え付け本数のムラができやすくなります。また、横方向に打ち付けて横幅が縮むと、苗をかき取らない部分ができて欠株の原因になります。

家庭菜園アドバイス

サヤインゲン栽培のポイント

丈の短いツルなしインゲンについて栽培のポイントを説明します。品種によっては出荷もできます。

畑の選定と準備

①インゲン、エンドウなどのマメ類を3年以上作付けしていない畑。

②水はけが良い畑。

③堆肥、苦土石灰を散布して耕した後、元肥、重焼リンを施用してウネ立てとマルチ張りをします。

品種「キセラ」は出荷できます。

難しい技術や防除作業が少なく、誰でも手軽に出荷できます。（出荷するには「キセラ」という品種に限定されています）

種まきはこれからでも間に合いますので、関心のある方は是非、各支所の担当技術員にご相談ください。

頭の体操

『数独（すうどく）』

5	2		8		3	6		
1							2	
		3	1			8		7
		8			7			9
	3			2			1	
6			3			5		
8		9			1	2		
	1							4
		4	2		9		3	5

Q 二重枠に入った数字の合計はいくつ？

ルール

(1) 空いているマスに、1から9までの数字のどれかを入れます。

(2) タテ列（9列）、ヨコ列（9列）、太線で囲まれた3×3のブロック（それぞれ9マスあるブロックが9つ）のいずれにも1から9までの数字が1つずつ入ります。

答え

※正解は10ページにあります。

おすすめ!! グリーンファーム こんな商品ありますよ！

暑さをしのぐ衣料品揃っています！

北海道・畑のオンナのしごと服
「サン・サン・サン」
農業を楽しく、心地よく、美しく。

帽子

◐防虫ネット付！
防虫農園フード ミエミエ
1,500円

◐顔全体をしっかりガード
マスク付果樹園フード
1,980円

ブラウス

○通気性良く心地よい！
ガーゼチュニック
1,980円

◐ガーゼ生地で涼しげ！
ガーゼブラウス
1,980円

腕カバー

◐ナイロン製で撥水します！
ナイロンロング腕カバー
280円

○ダブルガーゼで風通しも良い！
ガーゼロング腕カバー
498円

定番帽子

麦わら帽子
紳士用 婦人用
630円

いぐさ帽子
紳士用 婦人用
280円

5月の定休日－5/31(金) 営業時間－午前8：30～午後6：30 グリーンファームきそ ☎22－3061

お役に立つ介護情報を発信

ホットほっとあんしん

JA本曽介護センターだより
TEL (0264) 21-2113
FAX (0264) 21-2117

介護センターニュース

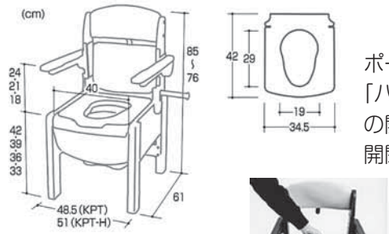
こんな介護用品、ご存知ですか？

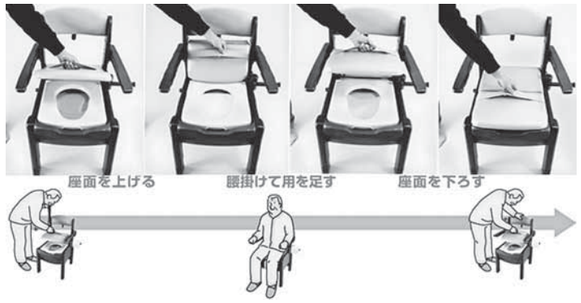
NEWS

手間と臭いを解消。自動で開閉する
防臭シャッター付き新世代トイレ「しまるくん」

しまるくん

ポータブルトイレ使用者の悩みで多い「臭い」と「バケツ蓋の開閉の手間」を解消。座面蓋（上蓋）の開閉動作に連動して、バケツ蓋（内蓋）も自動開閉。電力を使わないシンプル構造。





■便座高さ　33～42㎝
　肘掛け高さ便座より
　18～24㎝
■バケツ容量：9ℓ
■付属品：
　便座カバー
　トイレットホルダー
　バケツ持ち運び用蓋

使い方で選べる２タイプ

肘掛け固定タイプ

ひじ掛けや手すり代わりにお使いになる方に安定性があり安心です。

71,400円

肘掛け跳ね上げタイプ

ベッドから移乗してお使いになる方に。介助もスムーズに行えます。

84,000円

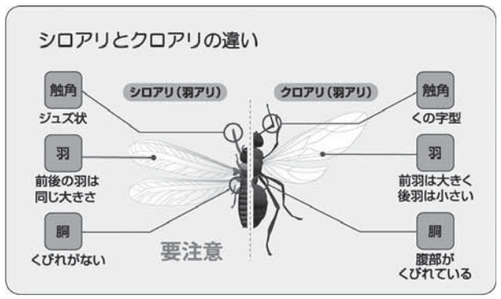
さらにオススメ

水にサッと溶け
強力消臭!!

消臭シート
998円

★紹介した介護用品の購入・レンタルについては、事前にお住まいの地域の社会福祉協議会ケアマネージャーさん、またはＪＡ介護センターへご相談ください。

4月から6月は年に一度**シロアリが羽アリ**となって飛び立つ季節。
シロアリは大切な家屋に大きな被害をもたらす原因となります。
被害を未然に防ぐためにも、見かけたらまずご連絡を!!



調査・お見積り 無料！
※施工は有料です。

お問い合わせ・お申し込みは各地区ＪＡ窓口、または右記フリーコールで承っております。お気軽にお問い合わせください。

フリーコール お客様相談室
0120-557-419（ここち よいくらし）

〈JA取扱業者〉
株式会社 アサンテ ASANTE

健康百科

糖尿病と食事療法

佐久総合病院名誉院長
松島　松翠

糖尿病の治療では、食事療法が最も基本になります。血糖値を上げやすい、次のような食品を取り過ぎぬように注意する必要があります。

まず、ご飯、パンなどは、炭水化物（糖質）を大変多く含んでいるため、食べた直後から血糖値が上昇します。取り過ぎに注意すべきです。てんぷらなどの揚げ物は、衣の部分に、脂質や糖質が多く含まれているので、エネルギーの取り過ぎになります。

果物には「果糖」が含まれているため、血糖値がすぐ上がります。果物を野菜と同類と考えて、積極的に取っている人がいますが、これは間違いです。

清涼飲料水には、糖質を多く含むものが多く、血糖値を急上昇させます。緑茶または砂糖を入れないコーヒーや紅茶にすべきです。アルコールは、食欲を増進させ、食事療法を乱します。飲み過ぎはもちろん禁物。間食や夜食も血糖値を上げます。

野菜に多い食物繊維には、食後の血糖値の上昇を抑える働きがあります。１日３００ｇ以上を取るようにします。まんじゅうなどについ手を出さないこと。また糖質が含まれる野菜ジュースなどに注意します。

糖尿病で薬の治療を受けている人も多いかと思います。治療薬も進歩していますが、薬物療法だけでは十分な効果は得られません。やはり、患者さんが行う食事療法が大きな役割を果たします。

大事なことですが、医師から１日の摂取エネルギーを何キロカロリーにしたらよいか、よく聞いておいてください。日本糖尿病学会が編集した『糖尿病食事療法のための食品交換表』も利用するとよいでしょう。

暮らしに生かす 省エネ読本

電気料金計算に使われるｋＷｈとは？

消費生活アドバイザー
エナジーコンシャス代表
山川　文子

毎月届く、電気の「使用量のお知らせ」（検針票）には、「当月使用量○○ｋＷｈ（キロワットアワー）」と記載されています。電気料金計算の基礎になっているこの値、どのような意味があるのでしょうか。

例えば、１００Ｗ（ワット）の電球を６時間（ｈ：アワー）使うと、１００Ｗ×６ｈ＝６００Ｗｈ（ワットアワー）の電力を使ったことになります。１２００Ｗのドライヤーを30分（０・５ｈ）使うと、１２００Ｗ×０・５ｈ＝６００Ｗｈ使った、となります。「ｋＷｈ」の「ｋ」は１０００を示す単位ですので、１０００Ｗｈ＝１ｋＷｈと表されます。このようにして、家電の消費電力量を１カ月分累計したのが「当月使用量」の値（ｋＷｈ）です。

消費電力量（Ｗｈ）＝消費電力（Ｗ）×使用時間（ｈ）という関係ですので、消費電力が大きい機器を長時間使えば、消費電力量は大きくなります。消費電力は小さくても、使用時間が長ければ、消費電力量はやはり大きくなります。

電気の省エネのためには、（１）消費電力を小さく、（２）使用時間を少なくすればよいことが分かります。（２）の方は、不要な照明を消したり、炊飯器の保温時間を短くするなど、比較的分かりやすいでしょう。（１）に関しては、どの家電の消費電力が大きいのか、そもそも分からないという方も多いようです。一般的に、ドライヤー、洗濯機の乾燥時など電気を熱に変える家電は、消費電力が大きい傾向にあります。銘板に記載されているＷ数を一度チェックしてみるとよいでしょう。なお、家電は使い方、設置環境などによって消費電力は変動しますので、銘板記載のＷ数をいつも消費しているというわけではありませんが、一つの目安にはなります。

JA歌壇

永井保夫選

秀作

①手紙ひとつ書くことすらも明日にせむ　われの生活のいよいよ老ふる日　大桑　科野八重
②生かされて今年も桜花を眺めおり父の齢は既に越えたり　開田　小池　研
③沖縄のみやげと女孫の持ちくれしグラスかざせば海の色なり　大桑　奥野治子

【選評】①老年になると、一日中暇になって来ますが、それが良く出来て共感される。②作者のまわりにも桜が咲くようになった。春になった喜びが出ています。③孫のみやげのグラスが海の色する。感覚に優れた作品です。

佳作

④言いがたき心を持ちて短歌詠むをわれは覚えぬ八十路となりて　木祖　佐々木千代子
⑤三十年勤めしゴルフの山と友身に宿りゐて夢にまた顕つ　新開　池井　十与子
⑥八十路来て嬉しくもあり淋しくも笑顔の出合い人の輪にあり　南木曽　松田喜久子
⑦デイサービスに行くを拒みし亡夫の心今に思へば胸痛むなり　上松　古田澄子
⑧三陸の海に絶えなき血の叫び何處におわす妻よ父母よ　大桑　樋田平好
⑨光る春胸いっぱいに香り浴び手に手を取りて背伸せず歩む　木祖　武重　慧
⑩身の為と心に聞かせる散歩道減りゆく力に望み託くさむ　開田　水上十三子
⑪福寿草多雪の冬もなんのその黄金の花が春を呼び込む　木祖　伊藤秀之
⑫山笑う五月の山は大笑い萌え生ずる命全身に受け　大桑　高橋志げ子
⑬残り雪可愛げゆらしてふぐりたさ春の足音一歩一歩と　木祖　武重詩子
⑭「どなた様」君と詠まれし短歌ありて七十路の我も心ときめく　日義　野田紀子
⑮バレンタイン義理チョコ本チョコ山のごと　我は手作り寿司で義理果たす　南木曽　赤坂友子
⑯川べりに緑食み出す蕗の薹味噌と煮付けて早春の味　大桑　古谷伸生

【寸評】④八十路になった複雑な思いが良く出ています。⑤昔勤めていたゴルフ場の山と友懐かしむ気持ちが出ています。⑥八十路になってやはり人の輪が大事と悟った作者の気持ちが良く出ています。

短歌募集

※はがき１枚に作品２首以内を記入し、住所・氏名・電話番号を明記のうえ、下記へ郵送してください。
【投句先】〒397-0001 木曽郡木曽町福島3807-1 「ＪＡ木曽本所企画管理部　ＪＡ歌壇　係」行
［編集の都合により、５月末日までの到着はがきにて選考いたします。≪７月号掲載作品を募集中です≫］

JA俳壇

宮原昭義選

燕来る一閃よぎる橋の下　福島　加藤由美子
牡丹雪閨の帯戸の軌みをり　福島　亀子千鶴
桜見て心安らぐ齢かな　大桑　日谷勝義
春日濃し老斑ひとつ眼の下に　木祖　佐々木千代子
彼岸会や心ゆたかに唱へけり　日義　横内みね子
桜貝海を恋つつ山に老い　福島　川口豊子
御向かひにアイゼンつけてお裾分け　木祖　西川淑子
霜害の無きこと願ひ芋落とす　上松　清水庄助
咲き満ちて施設を囲む庭桜　大桑　矢嶋ちか子
胸に当て試着選びの新人生　上松　福邑忠
平和塔鳩立つ構へ風光る　大桑　勝野五月
吉報や胸の靄消ゆ春二番　日義　明嵐たみ子
これほどの蝌蚪の行方を案じけり　福島　原久子
春霖の根雪を解かす底力　日義　田中兼昭
尾張市の桜並木や野辺送り　上松　石田なつ子
一年があっといふ間の蕗の薹　王滝　水宅ゆき
磯の香を乗せて若布の届きけり　奈良井　浦野恒子
春休み見送るあずさ幼き手　奈良井　村仲徹
友と見ゆ穂高常念春の雪　奈良井　上原貞恵
七回忌母に報告多き春　木祖　武重慧
椀の仲ほほえむ顔や蕗の薹　奈良井　太田和子
よもぎ摘み茹し鍋より香り立つ　木祖　鎌田節子
枯葉分け揃ひ咲きせり福寿草　大桑　池口剛代
その美肌心ときめく春の宵　福島　奥原まさ代
桜餅嫁とお茶飲み悠々閃々　大桑　加藤耕治
四月号訂正　鳥帰る翔つ潮時を呼び合へり　上松　水野千穂

【選評】●由美子さん…谷空を飛び交う燕が　光り橋をくぐっていく　伸び伸びと自由に春たけなわの感興あふるる句
●千鶴さん……ふしどの帯戸が軋みはじめた　まるで牡丹雪にうながされるように格調高く詠った俳句
●勝義さん……俳句は沈黙の文字と言うが　よく省略の効いた見事な句

選者の一句　帰りたし帰りたくなし井月忌

俳句募集

※はがき１枚に作品３句以内を記入し、住所・氏名・電話番号を明記のうえ、下記へ郵送してください。
【投句先】〒399-6302 塩尻市木曽平沢2425-4 「宮原　昭義先生」宛
［締切日は設定しません、いつでもご投句してください。≪毎月発表しています≫］

数独の答えは　9

おたよりコーナー

猫が家から脱走して大変でした。帰ってくるのか心配でしたが、一時間後無事に自分から戻って来ました。
上松　村上さん　57歳

雪が消えこれからいい季節になります。畑に出られる事が楽しみです。心がうきうきします。
開田　溝口さん　70歳

昭和25年の秋29歳でシベリアから九死に一生を得て帰って来ました。あれから、63年になります。孫７人曾孫８人に恵まれ余生を楽しんでいる老爺です。
福島　冨永さん　92歳

２歳の孫と一緒に食事をしている時、となりにいたじいちゃんがご飯におかずをのせようとしたのですが、ぽろぽろと落としてしまい、それを見ていた孫が「じいちゃん、落としてるぞ！」と大きな声で言うのでみんなで大爆笑。とても口が達者な孫です。
日義　越取さん　72歳

暖かくなったと思ったら、花粉症がでてきてティッシュの山です！エーン！
大桑　岩本さん　24歳

やっと春らしくなってきた日もやっぱり体を動かせる季節になってきた方がいいですね。
開田　田口さん　81歳

とっておきの1枚

このコーナーでは皆さんから寄せられたとっておきの１枚を紹介します。

木曽町福島　野口怜太郎（れんたろう）くん（３歳）
真仁郎（しんじろう）くん（０か月）
「お兄ちゃんになったよ」

木曽町開田　まつさん
「開田春の野焼き」

作品募集

皆さんのとっておきの１枚をお寄せ下さい。

お気に入りの風景、我が家のペット、お子さん・お孫さんの写真、絵手紙、イラストなど誌面にて紹介させて頂きます。

投稿方法…①Ｅメール　kikaku03@kis.nn-ja.or.jp
②郵送　〒397-0001　木曽町福島3807-1
ＪＡ木曽本所企画管理部　広報
「とっておきの１枚」係宛て
③お近くの支所へ持込み

記載事項…1、住所・電話番号・氏名・年齢
2、ペンネーム（希望される方のみご記入ください。）
3、「作品のタイトル」
4、コメント
（撮影場所や撮影日、お子さん・お孫さん・ペットの名前・年齢、作品への思い、近況などひと言添えてください。）

作品の返却…郵送等でお寄せいただいた作品は後日、返却させていただきます。（返却不要の場合は投稿時に申し出てください。）